

**LEMBAR PERSETUJUAN PEMBIMBING**

Skripsi Yang Berjudul :

“Pengaruh Latihan *Dumbell Curl* Terhadap Ketepatan *Servis* Bawah Dalam Permainan Bola Voli Pada Siswa Kelas VIII SMP Negeri 1 Bulango Utara“

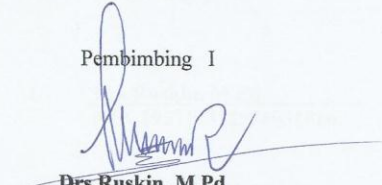
Oleh

**TAUFIK MAHMUD**

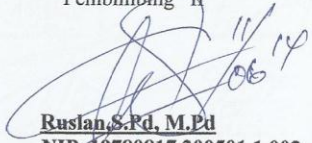
**832410095**

Telah Diperiksa dan di setujui untuk diuji

Pembimbing I

  
**Drs. Ruskin, M.Pd**  
**NIP. 195712311986031026**

Pembimbing II

  
**Ruslan, S.Pd, M.Pd**  
**NIP. 19780817 200501 1 003**

Mengetahui

Ketua Jurusan Pendidikan Keperawatan Olahraga  
Fakultas Ilmu-Ilmu Kesehatan Dan Keolahragaan  
Universitas Negeri Gorontalo

  
**Dra. Hj. Nurhavati Liputo, M.Pd**  
**NIP. 195709021982032001**

## ABSTRAK

**Taufik Mahmud, Nim 832 410 095** Judul Skripsi ” *Pengaruh Latihan Dumbell Curl Terhadap Ketepatan Servis Bawah Dalam Permainan Bola Voli Pada Siswa Kelas VIII SMP Negeri 1 Bulango Utara* ” Tahun 2014. Program Studi Pendidikan Kepelatihan Olahraga, Jurusan Kepelatihan Olahraga, Fakultas Ilmu-ilmu Kesehatan Dan Keolahragaan, Universitas Negeri Gorontalo. **Pembimbing I Drs.Ruskin, M.Pd,** dan **Pembimbing II Ruslan S.Pd M.Pd.**

Dalam observasi yang telah dilakukan oleh peneliti, peneliti menemukan masalah yang di alami oleh SISWA KELAS VIII SMP NEGERI 1 BULANGO UTARA dalam permainan bola voli yaitu ketika siswa melakukan servis bawah bola tidak melewati Net ataupun tidak tepat sasaran.

Penelitian ini merupakan penelitian eksperimen yang populasinya adalah seluruh siswa kelas VIII SMP Negeri 1 Bulango Utara yang berjumlah 103 Orang. Dari populasi di ambil 20 orang siswa kelas VIII sebagai sampel.

Hipotesis Penelitian adalah terdapat pengaruh Latihan *Dumbell Curl* Terhadap Ketepatan *Servis* Bawah Dalam Permainan Bola Voli Pada Siswa Kelas VIII SMP Negeri 1 Bulango Utara.

Untuk menguji hipotesis yang mengatakan bahwa terdapat pengaruh latihan *Dumbell Curl* terhadap Ketepatan *Servis* Bawah Pada Permainan Bola Voli untuk siswa kelas VIII SMP Negeri 1 Bulango Utara, digunakan teknik statistik uji t Analisis Varians (ANAVA). Dari hasil perhitungan diperoleh harga  $t_{hitung}$  sebesar 13.98 dan  $t_{daftar}$  diperoleh harga sebesar 1.729. Ternyata harga  $t_{hitung}$  lebih besar dari pada harga  $t_{daftar}$ . Berdasarkan hal tersebut, maka harga  $t_{hitung}$  telah berada di luar daerah penerimaan  $H_0$ . Dapat disimpulkan bahwa  $H_0$  di tolak dan dapat menerima hipotesis  $H_a$  yang menyatakan ; Terdapat pengaruh latihan *Dumbell Curl* terhadap Ketepatan *Servis* Bawah pada siswa kelas VIII SMP Negeri 1 Bulango Utara.

**Kata kunci : Latihan *Dumbell Curl*,Ketepatan *Servis* Bawah, Bola Voli.**

## ABSTRACT

**Taufik Mahmud , Nim 832 410 095 Thesis title " Effect of Exercise Dumbell Curl Of The accuracy of the Service Down In Volleyball Game In Eighth Grade Students of SMP Negeri 1 Bulango North " in 2014 . Sports Coaching Education Program , Department of Sports Coaching , Faculty of Health Sciences and Sport , State University of Gorontalo . Supervisor I Drs.Ruskin , M.Pd , and Supervisor II Ruslan S.Pd M.Pd.**

In the observations made by the researcher , researchers found that the problem experienced by SMP CLASS 1 STATE OF NORTH BULANGO in the game of volleyball is when the students served under the ball does not pass through the Net or not on target.

This study is an experimental research population is the entire eighth grade students of SMP Negeri 1 North Bulango totaling 103 Orang . Of the population took 20 eighth grade students in the sample .

The research hypothesis is that there is influence of Exercise Dumbell Curl Of The accuracy of the Service Down In Volleyball Game In Eighth Grade Students of SMP Negeri 1 North Bulango .

To test the hypothesis that there is an influence of exercise on the accuracy of the Service Dumbell Curl Down In Volleyball game for the eighth grade students of SMP Negeri 1 North Bulango , used t-test statistical technique of Analysis of Variance ( ANOVA ) . From the calculations, the price of 13.98 t and t obtained a price of 1,729 . It turns out t price greater than the price of t . Based on this, the prices have not been outside the acceptance region of H<sub>0</sub> . It can be concluded that H<sub>0</sub> is rejected and H<sub>a</sub> may accept the hypothesis which states ; There Dumbell Curl exercise influence on the accuracy of the Service Down in the eighth grade students of SMP Negeri 1 North Bulango.

**Keywords : Exercise Dumbell Curl , Accuracy Down Service , Volleyball .**